Sartrouville

C.C.A.

LA SEMAINE BLEUE

Semaine nationale des personnes retraitées et personnes âgées

du 12 au 18 octobre 2015

Demandez le programme !

Tél. : 01 30 86 84 31 et www.sartrouville.fr

Le mois d'octobre, avec sa *« semaine bleue »* fait la part belle aux seniors de Sartrouville. En effet, depuis 1977, cette *« semaine »* originale affiche son slogan : *« 365 jours pour agir, 7 jours pour le dire »*.

Aux quatre coins de l'hexagone, ce temps consacré aux personnes de plus de 65 ans, sera l'occasion de donner une plus grande visibilité à nos aînés, à leur quotidien et à tous ceux qui œuvrent auprès d'eux, professionnels et bénévoles.

Du 12 au 18 octobre, un programme complet, à l'initiative de Sylvie Danel, conseillère municipale déléguée aux seniors, assistée des agents du CCAS et du foyer de l' Union, riche en surprises et en rencontres attendra les seniors Sartrouvillois. Cette année, sur le thème *« À tout âge, créatif et citoyen »*, une série de rendez-vous auxquels participeront les maisons de retraite de la ville ainsi que d'autres acteurs locaux, associatifs et institutionnels qui ont contribué avec enthousiasme à la mise en œuvre de ce programme leur sera proposée.

Alors, ouvrons nos yeux et nos oreilles pour aborder cette semaine qui se veut festive et qui permet aux participants de prendre le temps de se rencontrer, d'échanger, de partager expériences et moments conviviaux. Toute une palette d'activités et de rencontres leur est spécialement consacrée, visant simplement à leur faire plaisir.

Mettre nos seniors à l'honneur comme un juste retour des choses : Sartrouville est résolument engagée dans cette dynamique !

Prenez le temps de vous pencher sur le programme et parlez-en à ceux qui pourraient en profiter.

Vive la semaine bleue !

Emmanuelle Aubrun
Maire-adjoint déléguée aux Affaires sociales et à la Santé

Lundi 12 octobre

MARCHEUR

Marche Bleue, pas à pas pour la solidarité

En partenariat avec l'association « La Détente Sartrouvilloise »

Horaires : De 14h à 17h - Sous réserve de la météo

Participation : Gratuit

Au choix :

Parcours long : RDV à 13h45, parc Y.-Gagarine, entrée rue de Picardie.

> **14h à 15h30 :** marche dans le parc Gagarine avec 2 groupes de marcheurs, dont un groupe d'initiation à la marche nordique puis jusqu'au bord de Seine par la rue de l'église

Parcours court (500 m) : RDV à 15h30 sur le quai de Seine (au niveau de la rue de Seine) pour rejoindre le groupe du parcours long

> **15h30 à 16h :** marche jusqu'au parc du Dispensaire

> **16h :** collation offerte au parc du Dispensaire pour les participants

Lundi 12 octobre

GOURMAND

Atelier cupcakes, tous aux fourneaux !

Un cupcake est un petit gâteau en portion individuelle, recouvert de glaçage coloré et décoré.

En partenariat avec Kathy's home
(restau-boutique, 58 av. Jean-Jaurès à Sartrouville)

Lieu : Maison de la famille, 120 av. du Général-de-Gaulle

Horaires : De 14h à 18h

Participation : 10 €

Programme

> Réalisation de la pâte du cupcake (différentes recettes), cuisson, topping (la crème) puis décoration

> Dégustation autour d'un thé

Mardi 13 octobre — GLOBE-TROTTER

Évasion dans l'Eure

En partenariat avec l'office de tourisme Seine-Eure

Horaires : Journée

Participation : 30 €

Programme

> **8h :** Départ en autocar de l'Espace Gérard-Philipe, rue Louise-Michel

> **10h :** Visite commentée du Château de Gaillon

> **12h30 :** déjeuner à l'Auberge du Halage (menu unique)

> **15h :** Visite commentée du musée de la Batellerie (accès aux deux bateaux musées)

> **18h :** Départ de Poses et retour à l'Espace Gérard-Philipe

Mardi 13 octobre — JOUEUR

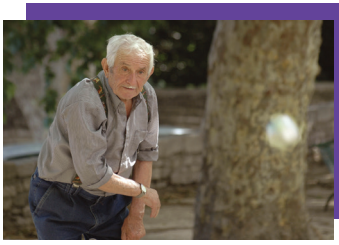
Faites vos jeux !

Lieu : Résidence de l'Union
43 rue de Tocqueville

Horaires : De 14h à 17h

Participation : Gratuit

Programme :



> La résidence de l'Union vous propose un panel de jeux tels que jeux de rôle, jeux de société, WII et tournoi de pétanque si la météo le permet !

> Collation offerte **à 16h**

Les grands-parents peuvent s'inscrire avec leurs petits-enfants

Mercredi 14 octobre SPECTATEUR

Dans le public de Stéphane Bern

Assister à l'enregistrement de l'émission « Comment ça va bien ! » présentée par Stéphane Bern au Studio de La Plaine-Saint-Denis, vous en rêviez ? Le CCAS vous emmène !

Horaires : De 11h30 à 20h (enregistrement de 13h à 18h)
3 pauses seront proposées durant l'après-midi avec collation.

Participation : 10 €
Prévoir une pièce d'identité

Programme :

> **11h30 :** Départ en autocar de l'Espace G.-Philipe, rue L.-Michel

> **13h/18h :** Enregistrement de l'émission « Comment ça va bien ! »

> **18h30 :** Départ de La Plaine St-Denis et retour à l'Espace G.-Philipe

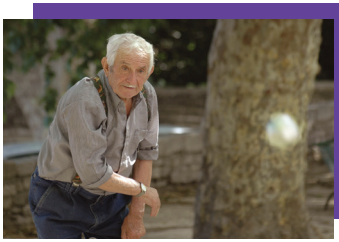
Mercredi 14 octobre JOUEUR

Faites vos jeux !

Lieu : Résidence de l'Union
43 rue de Tocqueville

Horaires : De 14h à 17h

Participation : Gratuit



Programme :

> La résidence de l'Union vous propose un panel de jeux tels que jeux de rôle, jeux de société, WII et tournoi de pétanque si la météo le permet !

> Collation offerte **à 16h**

Les grands-parents peuvent s'inscrire avec leurs petits-enfants

du 12 au 18 octobre à Sartrouville

Jeudi 15 octobre

JOUEUR

À vos cartons pour un carton plein

Loto traditionnel avec de nombreux lots à gagner

Lieu : Résidence de l'Union
43 rue de Tocqueville

Horaires : De 14h à 17h

Participation : 5 €, 3 cartons
2 €, 1 carton
Paiement sur place

Vendredi 16 octobre

CONDUCTEUR

Il n'y a pas âge pour se conduire bien

En partenariat avec la Police nationale, venez tester vos réflexes dans la bonne humeur.

Lieu : À l'Espace Gérard-Philipe,
rue Louise-Michel

Horaires : De 14h à 17h

Participation : Gratuit

Programme :
> Simulateur auto
> Réactiomètre

du 12 au 18 octobre à Sartrouville

Samedi 17 octobre

ACTIF

Présentation des associations seniors

Elles sont nombreuses, hyper actives et proposent une multitude d'activités aussi différentes que passionnantes. Il est temps de faire connaissance : elles vous attendent !

Lieu : Espace Gérard-Philipe,
1er étage (mezzanine),
rue Louise-Michel

Horaires : De 13h30 à 15h

Participation : Gratuit

Entrée libre

Samedi 17 octobre

DANSEUR

Thé dansant, venez passer une sacrée après-midi

En partenariat avec « Bien Vivre sa Retraite »

Lieu : Salle polyvalente de l'Espace Gérard-Philipe,
rue Louise-Michel

Horaires : De 14h à 18h

Participation : 5 €

du 12 au 18 octobre à Sartrouville

Mode d'emploi
Semaine Bleue

Quand ?

La Semaine Bleue, semaine nationale des personnes retraitées et personnes âgées, se déroulera à Sartrouville **du 12 au 18 octobre 2015.**

Pour qui ?

Le programme s'adresse à tous les Sartrouvillois retraités.

Combien ça coûte ?

Certaines activités sont gratuites, d'autres font l'objet d'une participation. En cas de désistement, aucun remboursement ne sera effectué.

Comment s'inscrire ?

Sur présentation de la pièce d'identité et d'un justificatif de domicile, l'inscription et le paiement éventuel se font auprès du CCAS *(nombre de places limité)*, **début octobre** *(espèces ou chèque à l'ordre du Trésor public)*.

Lors de ces inscriptions un badge nominatif vous sera remis. Ce dernier sera à présenter lors de chaque activité.

Centre Communal d'Action Sociale
CCAS - Pôle senior

rue Henri-Dunant à Sartrouville - **Tél. : 01 30 86 84 31**

Lundi et vendredi : de 14h à 17h
Mardi, mercredi, jeudi : de 9h à 12h et de 14h à 17h

À noter :

Les activités extérieures s'effectueront sous réserve de bonnes conditions météorologiques.

SERVICE COMMUNICATION - SEPTEMBRE 2015

du 12 au 18 octobre à Sartrouville